

Mapishi ya Mitai

By SW - Melkisedeck Shine · November 20, 2022

Dondoo za Mapishi na Lishe · Upishi na Maandalizi ya Milo yenye Afya · #Karibu AckySHINE

VIAMBAUPISHI

Unga wa ngano - magi 2 (vikombe vikubwa)

Hamira kijiko 1 cha chai

Sukari Vijiko 2 vya supu

Siagi Vijiko 2 vya supu

Mafuta ya kukaangia kiasi

VIAMBAUPISHI:SHIRA

Illiki ya unga kiasi

Zafarani kiasi

JINSI YA KUPIKA

Katika bakuli, changanya vipimo vyote pamoja na ukande unga usiwe mgumu wala laini sana uwe kiasi. Kisha fanya donge moja na iache pahali penye joto mpaka iimuke. Halafu weka mafuta ya kukaangia kwenye moto. Sukuma donge hadi liwe duara sio nyembamba sana, kisha katakata kama maandazi. Mafuta ya kisha pata moto choma mittai hukuunazigeuza hadi ziwive na kugeuka rangi. Katika sufuria tia vipimo vya shira na iache ichemke isiwe nzito sana. Mimina mitai kwenye shira na uzipepete, kisha weka kwenye sahani na zitakuwa tayari kwa kuliwa.